PRZEWODNIK GIMNASTYCZNY

SOKÓŁ

ORGAN
ZWIĄZKU TOW. GIMNASTYCZNYCH „SOKÓŁ" W POLSCE

ROK LI. WARSZAWA, MARZEC 1934 R. Nr. 3



Narciarskim szlakiem.

MIESIĘCZNIK

ADRESY WŁADZ ZWIĄZKU TOWARZYSTW GIMNASTYCZNYCH „SOKÓŁ" W POLSCE

PRZEWODNICTWO ZWIĄZKU: Warszawa, Wybrzeże Saskiej Kępy Nr. 26, przy Moście Ks. Poniatowskiego. Tel. 10-05-93.

Konto czekowe P. K. O. 5589.

PRZEWODNICTWA DZIELNIC:

KRAKOWSKIEJ	**Kraków, ul. Piłsudskiego 27.** — Konto P. K. O. 412.320.
MAŁOPOLSKIEJ	**Lwów, Rynek 9,** — Konto P. K. O. 101.421.
MAZOWIECKIEJ	**Warszawa, Sucha 14.** Konto P. K. O. 10.545.
POMORSKIEJ	**Toruń, Rynek Nowomiejski 26.** — Konto P.K.O. 209-838.
ŚLĄSKIEJ	**Katowice, ul. ks. Damrota 8.** — Konto P. K. O. 301.550.
WIELKOPOLSKIEJ	**Poznań, Wały Zygm. Augusta 10.** — Konto P.K.O. 205.211.

SPIS RZECZY:

Najbliższe zamierzenia

ZLOTY:

29, 30 czerwca i 1 lipca — jubileuszowy zlot sokolstwa zachodnich ziem Polski, w Poznaniu.

LUSTRACJE DZIELNIC:

8 kwietnia — lustracja naczelnika Związku i związkowej naczelniczki sokolic w dzielnicy mazowieckiej.

15 kwietnia — lustracja związkowej naczelniczki sokolic w dzielnicy pomorskiej.

19 kwietnia — lustracja związkowej naczelniczki sokolic w dzielnicy śląskiej.

22 kwietnia — lustracja naczelnika Związku i związkowej naczelniczki sokolic w dzielnicy wielkopolskiej.

6 maja — lustracja związkowej naczelniczki sokolic w dzielnicy małopolskiej.

PRZEWODNIK GIMNASTYCZNY

SOKÓŁ

ORGAN

ZWIĄZKU TOW. GIMNASTYCZNYCH „S O K Ó Ł" W POLSCE

ROK LI. WARSZAWA, MARZEC 1934 R. Nr. 3

DZIAŁ URZĘDOWY

Z PRZEWODNICTWA ZWIĄZKU

W lutym r. b. odbyły się dwa plenarne posiedzenia przewodnictwa Związku i dwa posiedzenia prezydjum.

Powzięto, między innemi, postanowienia następujące:

1. Zatwierdzono wybory uzupełniające, dokonane w naczelnictwie Związku w dniu 6 stycznia r. b. i powołujące: na zastępców naczelnika Związku dhów Fazanowicza i Tana, na sekretarza — dhnę Sobotowską, na członków naczelnictwa — dhów Hamburgera i Skierskiego.

2. Zatwierdzono wniosek komisji, powołanej do oceny prac, złożonych na konkurs, ogłoszony na ćwiczenia wolne dla druhen (wspólne dla wszystkich Związków słowiańskich) na zlocie w r. 1935, i uznano za najlejszą pracę dhny Jadwigi Zamoyskiej, związkowej naczelniczki sokolic, przyznając jej przewidzianą nagrodę.

3. Na skutek życzenia, wyrażonego wiceprezesowi Związku, dhowi Szczepańskiemu, przez władze „Junaka" (Bułgarja), aby naczelnictwo tej organizacji mogło wziąć udział w posiedzeniu naczelnictwa Związku sokolstwa słowiańskiego w charakterze nieoficjalnym, postanowiono życzenie to skierować do zarządu Związku sokolstwa słowiańskiego z wnioskiem przychylnym.

4. Przyjęto do wiadomości odwołanie posiedzenia naczelnictwa Związku sokolstwa słowiańskiego, wyznaczonego na dzień 25 lutego r. b., z powodu niemożności przyjazdu w tym terminie przedstawicieli Związku sokolstwa królestwa Jugosławji, i postanowiono zaproponować nowy termin — 18 marca r. b.

5. Przyjęto do Związku gniazdo Kobierno z przydziałem do okręgu jarocińskiego dzielnicy wielkopolskiej.

6. Skreślono z listy członków Związku gniazdo Czernica okręgu VIII dzielnicy śląskiej, wobec połączenia się tegoż z gniazdem Redułtowy.

7. Ustalono, że używanie przez gniazda, okręgi i dzielnice na zaproszeniach, publikacjach i odezwach znaku związkowego bez zezwolenia władz Związku jest niedopuszczalne.

KURSY ZWIĄZKOWE

W roku bieżącym związkowe kursy gimnastyczne odbędą się w terminach następujących:

Dla druhów:

1-tygodniowy kurs uzupełniający dla naczelników — od 9 do 15 sierpnia,
2-tygodniowy kurs niższy — od 25 lipca do 8 sierpnia,
3-tygodniowy kurs wyższy — od 25 lipca do 15 sierpnia.

Dla druhen:

1-tygodniowy kurs uzupełniający dla naczelniczek — od 15 do 22 lipca,
2-tygodniowy kurs niższy — od 8 do 22 lipca,
3-tygodniowy kurs wyższy — od 2 do 22 lipca.

Miejsce oraz dokładne warunki kursów związkowych podane zostaną w następnym numerze „Przewodnika".

Z NACZELNICTWA ZWIĄZKU

(Skrót protokółu posiedzenia z dnia 6 stycznia r. b.)

Obecni dh. dh.: naczelnik Związku i dzielnicy małopolskiej — Franciszek Kapałka, związkowa naczelniczka — Jadwiga Zamoyska, zast. naczelnika Związku — Czesław Tan, związkowy inspektor s. d. s. — Aleksander Zamoyski, zast. sekretarza naczelnictwa — Halina Sobotowska, z dzielnicy krakowskiej — naczelnik dzielnicy — Kacper Nowak, z dzielnicy małopolskiej — dzielnicowa naczelniczka — Michalina Strzałkówna, z dzielnicy mazowieckiej — naczelnik dzielnicy — Zygmunt Nałęcz-Dobrowolski, Henryk Chełmicki, Karol Noskiewicz, Henryka Szczepkowska i Aleksandra Majewska, z dzielnicy pomorskiej — naczelnik dzielnicy — Paweł Bączyński, dzielnicowa naczelniczka — Kunegunda Zalewska i Franciszek Gołębiewski, z dzielnicy śląskiej — naczelnik dzielnicy i zastępca naczelnika Związku — Henryk Boryczka, dzielnicowa naczelniczka i zast. związkowej naczelniczki — Walerja Gawlikówna, z dzielnicy wielkopolskiej — naczelnik dzielnicy — Konstanty Suligowski, dzielnicowa naczelniczka — Stanisława Kasprzakówna i Jan Fazanowicz, z przewodnictwa Związku — sekretarz Związku Michał Terech.

W związku z przygotowaniami do zlotu wszechsłowiańskiego w 1935 r. postanowiono rozesłać do Związków: czechosłowackiego, jugosłowiańskiego i rosyjskiego na emigracji opisy ćwiczeń wolnych dla druhów, druhen i młodzieży, opracowanych na ten zlot i upoważniono naszych przedstawicieli w naczelnictwie Związku sokolstwa słow. do przeprowadzenia na posiedzeniu tegoż naczelnictwa zasady, że ćwiczenia wolne na zloty wszechsłowiańskie układają gospodarze.

Postanowiono też zorganizować w roku przyszłym zawody sokolstwa słowiańskiego oraz zawody gimnastyczne o pierwszeństwo Zw. sok. słow. Jednocześnie z temi zawodami zorganizowane będą zawody sokolstwa polskiego, do których postanowiono dopuścić zawodników innych Związków sokolich, na równych prawach.

Po ustaleniu terminów lustracyj dzielnic przez naczelnika Związku i związkową naczelniczkę, omówiono program tych lustracyj. Dokładny regulamin lustracyj, opracowany przez naczelnika Zw. i związkową naczelniczkę, przedstawiony będzie do zatwierdzenia zarządowi Związku.

Postanowiono zorganizować związkowe zawody narciarskie dn. 3 i 4 lutego r. b., powierzając dhowi naczelnikowi Nowakowi dopilnowanie organizacji tych zawodów.

Na wniosek dha nacz. Bączyńskiego postanowiono w przyszłości organizować zawody narciarskie w klasie A i B oraz wprowadzić biegi dla juniorów.

Na wniosek dha Al. Zamoyskiego postanowiono polecić naczelnitwu dzielnicy krakowskiej, aby mianowało referenta spraw narciarskich, w tej dzielnicy bowiem istnieje najwięcej sekcyj narciarskich. Referent ten, w miarę potrzeby, powoływany będzie na posiedzenia naczelnictwa Związku.

Postanowiono również w przyszłości organizację kursów i zawodów narciarskich przydzielać dzielnicom krakowskiej, małopolskiej i śląskiej.

Co do kosztów organizacji kursów i zawodów narciarskich uchwalono, że będą się one odbywały na koszt dzielnicy organizującej, Związek jedynie ofiaruje nagrodę przechodnią w zawodach kombinowanych i dyplomy.

Na wniosek dha Bączyńskiego postanowiono w r. b. zorganizować zawody kajakowe i do zawodów lekkoatletycznych wprowadzić rzut młotem i granatem, a na wniosek dha Al. Zamoyskiego w zawodach strzeleckich — strzelanie w maskach gazowych.

Przeprowadzenie związkowych zawodów kajakowych powierzono dzielnicy pomorskiej.

Przyjęto do wiadomości zawiadomienie dha Fazanowicza, że ponieważ do wydrukowanych już ćwiczeń wolnych wkradły się pomyłki, w następnym numerze „Przewodnika" ukażą się sprostowania.

Następnie przystąpiono do wyborów uzupełniających zgodnie z §§ 5 i 8 regulaminu naczelnictwa Związku.

Ustąpili i zostali wylosowani następujący druhowie i druhny: Fazanowicz, Kuśmidrowicz, Fronczakowa i Lechowska, oraz zast. naczelnika Związku Tan i zast. związkowej naczelniczki — Gawlikówna; dh. Boryczka zrzekł się mandatu zast. naczelnika Związku, a dh. Bokiewicz — mandatu sekretarza naczelnictwa.

W głosowaniu tajnem wybrano na członków naczelnictwa Związku dhów: Fazanowicza, Tana, Hamburgera, Skierskiego. Na zastępców naczelnika Związku druhów: Fazanowicza i Tana, na sekretarza naczelnictwa — dhnę Sobotowską, na zast. sekretarza — dha Skierskiego.

Wybory uzupełniające druhen na wniosek związkowej naczelniczki odłożono do następnego posiedzenia naczelnictwa Związku. Do tego czasu obowiązki 2-giej zastępczyni pełnić będzie w dalszym ciągu dhna Gawlikówna.

Na zastępców przedstawicieli naszych w naczelnictwie Związku sokolstwa słowiańskiego wybrano dhnę Rozwadowską, Tana i Hamburgera.

Na 3-go przedstawiciela naczelnictwa w przewodnictwie Związku wybrano dha nacz. Dobrowolskiego.

Po złożeniu przez dha nacz. Kapałkę sprawozdania z jednodniowego kursu dla zawodnikódw i zawodniczek, przygotowujących się do zawodów w Budapeszcie, który odbył się 5-go stycznia r. b., oraz ze zjazdu naczelników i naczelniczek dzielnicowych i okręgowych, który się odbył 6 i 7 stycznia r. b.; uchwalono zorganizować w marcu jeszcze jeden kurs dla tych zawodników i zawodniczek, a po zawodach eliminacyjnych—obóz treningowo - wypoczynkowy przed samym wyjazdem do Budapesztu.

Postanowiono wydać podręcznik systematyki przyrządowej i podręcznik do ćwiczeń wolnych, uzupełniony rycinami do słownictwa ogólnego, opracowanie tych materjałów powierzono druhowi Fazanowiczowi. Postanowiono organizować kursy systematycznej nauki ćwiczeń na przyrządach.



Efektowny moment skoku narciarza.

NIECO STATYSTYKI

Leży przed nami ogłoszona kilka tygodni temu szczegółowa statystyka Związku sokolstwa czechosłowackiego za rok 1931 oraz zeszyt 6 „Vestnika sokolskiego" z dn. 7 lutego r. b., w którym wydział statystyczny tegoż Związku podaje liczby gniazd i członków w końcu roku 1932.

Sądzę, że nie będzie bez korzyści dla naszych czytelników zaznajomienie się z przytoczonemi w statystyce tej danemi, odzwierciadlającemi wspaniały, zaprawdę, rozwój i ożywioną działalność bratniego Związku.

W dn. 31 grudnia 1931 r. Związek czechosłowacki (Ceskoslovenska Obec Sokolska) na terenie Czechosłowacji liczył 30 okręgów (żup) z 2.870 gniazdami (jednota) i 241 oddziałami (pobocka), czyli razem z 3.111 placówkami sokolemi. Członków liczył Związek 365.386, w tem 258.539 mężczyzn (71%) i 106.847 kobiet (29%). Nadto w Związku ćwiczyło 34.365 młodzieży męskiej (dorostenci) i 31.410 młodzieży żeńskiej (dorostenki) oraz 115.825 sokoląt chłopców (żaci) i 130.500 dziewcząt (żakyne). Ogółem przeto Związek sokolstwa czechosłowackiego skupiał 677.486 osób.

Odpowiednie cyfry za rok 1932 przedstawiają się, jak następuje: żup — 50, gniazd — 2.887, oddziałów — 221, członków ogółem — 376.213 (+10.827), w tem mężczyzn — 261.986 (70%), kobiet — 114.227 (30%); młodzieży męskiej — 30.542 (—3.823), żeńskiej — 27.840 (—3.570); sokoląt chłopców — 122.190 (+6.365), dziewcząt — 141.076 (+10.576). Ogółem Związek skupiał 697.861 osób (+20.375).

Żupa czechosłowacka odpowiada naszemu okręgowi, lecz w rzeczywistości liczbą gniazd i członków przewyższa nieraz naszą dzielnicę. Największą żupą jest vychodoceska, obejmująca 157 gniazd i grupująca 16.269 członków, prócz młodzieży i sokoląt; dalej idzie żupa pilzeńska, licząca 94 gniazda i 15.288 członków, następnie zaś żupa barakova (w Pradze) — 88 gniazd i 14.407 członków. Oprócz tych trzech, jeszcze 9 żup posiada powyżej 10.000 członków każda. Najmniejszą jest żupa nitriańska, licząca 15 gniazd i 1.870 członków.

Z ogólnej liczby 3.111 gniazd — 1.109, t. j. 36%, liczyło nie więcej, niż po 50 członków, a 1.064 t. j. 34% gniazd po 51—100 członków. Powyżej 500 do 1000 członków posiadało 52 gniazda, a powyżej 1000 członków — 26 gniazd. Największem jest gniazdo Kral. Vinohrady w Pradze, liczące 4.420 członków, najmniejszem gniazdo Ostrov żupy vychodoceskiej, posiadające 8 członków.

Sokolni własnych posiadał Związek 975, boisk — 1.579, pływalni 52.

Z oddziałów sportowych przy gniazdach najwięcej było oddziałów narciarskich — 433, a następnie tenisowych — 107. Ilość innych oddziałów jest naogół mała, a w niektórych działach sportu uderzająco nikła Tak np. oddziałów pływackich było 47, konnej jazdy — 40, wioślarskich — 6, szermierczych — 6, kolarskich — 3, lekkoatletycznych — 2, strzelecki — 1, łyżwiarski — 1. Natomiast oddziałów piłki nożnej było 837, bazeny — 270 i koszykówki — 42.

Szeroko rozwinięta jest w „Sokole" czechosłowackim działalność oświatowa. Przytoczymy z niej tylko niektóre działy. W owych 3.111 gniazdach w ciągu roku 1932 przeprowadzono 1265 kursów oświatowych, na których wygłoszono 4.533 wykłady. Nadto w gniazdach wygłoszono wykładów i odczytów: dla członków 7843 + 548 + 3169, dla młodzieży 496 + 86 + 152, dla sokoląt 418 + 106 + 182; pierwsze liczby oznaczają wykłady i odczyty w sprawach sokolich, drugie — w sprawach higjeny, trzecie — w innych materjach. Przedstawień teatralnych w tymże roku było: dla członków 8144, dla młodzieży 95 i dla sokoląt 643, nadto dla tych ostatnich 7105 przedstawień kukiełek. Koncertów w gniazdach było ogółem 961. Również bywały nader często przemówienia okolicznościowe, zebrania towarzyskie, zabawy taneczne, wycieczki i t. p. Obraz działalności oświatowej jest, zaiste, imponujący.

Pozwolimy sobie dla porównania przytoczyć dane, dotyczące stanu Związku sokolstwa królestwa Jugosławji w dn. 30 czerwca 1932 r. Związek posiadał wówczas 25 żup, obejmujących 914 gniazd (drustvo) i 921 oddziałów (ceta) czyli razem 1.835 placówek sokolich. Największą jest żupa Nisz, mająca 34 gniazda i 114 oddziałów, najmniejszą — Novo Mesto z 14 gniazdami i 4 oddziałami. Według ilości członków największą żupą jest Osijek, licząca 11.026 członków.

Do Związku należało 147.986 członków, z tego 125.267 mężczyzn (85%) i 22.719 kobiet (15%), nadto 20.045 młodzieży męskiej i 9.652 żeńskiej oraz 47.968 sokoląt chłopców i 38.756 dziewcząt. Ogółem zatem „Sokół" jugosłowiański obejmował 264.407 osób.

Sokolni Związek posiadał 139, boisk własnych 296. Oddziałów sportowych przy gniazdach sprawozdanie, z którego czerpiemy te dane, nie podaje.

Jak skromnie, wobec tych imponujących cyfr, przedstawia się stan Związku sokolstwa polskiego. W końcu 1933 r. posiadaliśmy w sześciu dzielnicach zaledwie 888 gniazd z 53.520 członkami, w czem 43.339 mężczyzn (81%) i 10.181 kobiet (19%). Młodzieży liczył nasz Związek 10.890, w tem 7.464 męskiej i 3.426 żeńskiej. Statystyka sokoląt nie jest w gniazdach dokładnie prowadzona, dlatego też podać ich liczby nie możemy. Nie jest ona jednak zbyt wielka, gdyż ruch w kierunku garnięcia sokoląt do gniazd jest dopiero w stadjum rozwoju.

Posiadamy natomiast, w stosunku do naszej liczebności, dość pokaźną ilość urządzeń ćwiczebnych własnych, a więc: sokolni — 167, boisk — 144, strzelnic — 45. Gdy więc w „Sokole" czechosłowackim przypada 1 sokolnia własna na 385 członków, w „Sokole" jugosłowiańskim — na 1.065 członków, u nas wypada jedna na 320 członków.

Niektóre rodzaje sportów, szczególnie te, które uważane są za nader pożyteczne dla pełnego rozwoju fizycznego, są u nas bardziej pielęgnowane, aniżeli w Czechosłowacji. Tak np. przy 888 gniazdach posiadamy w 207 oddziały lekkoatletyczne, podczas gdy „Sokół" czechosłowacki przy 3.111 gniazdach posiada takich oddziałów zaledwie 2. To samo dotyczy oddziałów wioślarskich (u nas — 11, w Czechosłowacji — 6), pływackich (u nas — 20, w Czechosłowacji — 47), strzeleckich (u nas — 30, w Czechosłowacji — 1), szermierczych (u nas — 11, w Czechosłowacji — 6) i niektórych innych.

Wreszcie stosunek ilościowy członków ćwiczących do niećwiczących przedstawia się u nas lepiej, aniżeli w obydwóch wymienionych Związkach. W Związku naszym ćwiczy 32% mężczyzn i 47% kobiet, ogólnie zaś ćwiczy 35% wszystkich członków. W „Sokole" czechosłowackim ćwiczy 24% mężczyzn i 40% kobiet, a ogólnie nieco więcej, niż 28% wszystkich członków. W „Sokole" jugosłowiańskim — 24% mężczyzn i 29% kobiet, a ogólnie niespełna 25% wszystkich członków.

Inny jednak obraz przedstawi się oczom naszym, gdy zliczymy w każdym z trzech Związków wszystkich ćwiczących, t. j. członków ćwiczących, młodzież i sokolęta. Wówczas ujrzymy, że „Sokół" czechosłowacki wpływa na rozwój fizyczny 415.257 osób, „Sokół" jugosłowiański — 153.154 osób, zaś „Sokół" polski — zaledwie 29.422 osób oraz pewnej niewiadomej, lecz niezbyt znacznej, liczby sokoląt.

Porównanie, jak widzimy, wypada nie na naszą korzyść. Wskazuje nam ono, ile trudów i pracy, ile wysiłków i starań musimy włożyć, aby sokolstwo polskie stanęło na tej wysokości, jak u naszych pobratymców. Nie wątpimy jednak, że tak się stanie.

M. T.

RZUT OSZCZEPEM

Najbliższe wszechsokole zawody żeńskie w Budapeszcie, zapowiedziane na rok bieżący, obok innych ćwiczeń, mają w swym programie rzut oszczepem. Wobec tego, dobrze będzie zaznajomić się z tą piękną konkurencją, która u druhów naszych (bracia Mikruci, Wojtkiewicz i inni) stoi bardzo wysoko (posiadają oni rekord polski w tym rzucie), u druhen jest jednak konkurencją, która, w porównaniu z rzutem dyskiem i pchnięciem kulą, stoi katastrofalnie nisko. W rzucie dyskiem przecież, sokolica jest rekordzistką świata i Polski (Jadwiga Wajsówna z Pabjanic, 43 m. 08 cm.), a druhen, rzucających ponad 30 m. — jest sporo; w pchnięciu kulą możemy znaleźć kilka, rzucających ponad 10 m., ale w rzucie oszczepem 30 m. jest niespotykanem zjawiskiem, a nawet 20 m. jest również niezbyt częstym wynikiem.

Jakaż tego przyczyna?

Otóż, każda prawie druhna (a i niejeden druh) sądzi, że rzut oszczepem jest to rzut, wykonywany... ręką. I tak, i nie, bo rzut oszczepem to skomplikowana praca całego ciała, głównie grzbietu (wogóle tułowia), którego przedłużeniem jest ręka.

Zrozumienie tego — to już bardzo poważny krok do poprawy wyniku, a druga rzecz, to styl, którego brak nigdzie bodaj tak nie razi, jak przy rzucie oszczepem. Pomówimy zatem na ten temat. Przedewszystkiem jednak należy znać przepisy, dotyczące rzutu oszczepem. Oto najważniejsze z nich (§ 36 Cz. V Przepisów P. Z. L. A. i poprawki z r. 1933 do wydania czwartego): Rzut oszczepem odbywa się zpoza linji startowej, którą stanowi deska szerokości 7 cm., zapuszczona płasko w ziemię, conajmniej 3 m. 66 cm. długa. Oszczep musi być trzymany za osznurowanie. Rzut jest nieważny, jeśli ostrze oszczepu (grot) nie dotknie ziemi wcześniej, niż jakakolwiek część drzewca. Przy rzucie niewolno dotknąć deski (nawet ręką przy b. silnem pochyleniu po wyrzucie) nastąpić na nią lub przekroczyć jej nawet po ukończeniu rzutu. Jeżeli pod-

czas rzutu oszczep złamie się w powietrzu, to rzut taki należy uznać za nieważny i powtórzyć go, jednak pod warunkiem, że rzut ten był wykonany zgodnie z wyżej podanemi przepisami. Podczas mierzenia rzutu, punkt 0 cm., czyli początek miary, trzymamy w miejscu upadku oszczepu (w najbliższem miejscu śladu rzutu od deski startowej), a odległość rzutu odczytujemy w metrach i cm. na krawędzi deski od strony rozbiegu i zawsze prostopadle do deski lub jej przedłużenia (w wypadku, gdy oszczep nie pada nawprost deski).

Oszczep jest drewniany z ostrzem żelaznem, lub stalowem. Długość oszczepu (damskiego) 2 m. 20 cm., waga 600 gr. (Może być cokolwiek cięższy i dłuższy, lecz nigdy lżejszy i krótszy). Środek ciężkości oszczepu winien znajdować się, licząc od ostrza, pomiędzy 80-ym a 95-ym cm. Około środka ciężkości oszczep posiada osznurowanie szerokości 15 cm., bez węzłów i wystających części. Obwód osznurowania nie może przekraczać obwodu drzewca więcej niż o 25 milimetrów.

Dlatego mówię szczegółowo o przepisach rzutu i o samym oszczepie, gdyż każda druhna powinna znać te rzeczy, bo wtedy uniknie błędów, a także może dopilnować, by sędziowanie odbyło się zgodnie z przepisami. Jest to bardzo ważne dla samopoczucia zawodniczki. Teraz omówię sam rzut oszczepem.

Rozbieg jest dowolny, ale niewiele większy, niż 20 m.; rozpoczynamy go wolno, dłuższym krokiem, przyśpieszając coraz bardziej, aż dochodzimy do samego wyrzutu.

Styl ogólnie używany obecnie, t. j. rzut przy pomocy chwytu za osznurowanie, jest trudny i wymaga dużej pracy mięśniowej: bieg, silna praca górnej części ciała przy zamachu i wyrzucie, koordynacja i wielka szybkość.

Oszczep chwytamy w ten sposób: palce wielki i wskazujący chwytają za drzewce tuż za osznurowaniem od strony tylca oszczepu bardzo silnie tak, by oszczep wrzynał się wprost w palce; pozostałe trzy palce spoczywają na wiązaniu swobodnie rozłożone. Chwyciwszy w ten sposób oszczep, wznosimy go nad bark tak, by pięść ręki, zgiętej w łokciu, z dłonią, skurczoną w przegubie, znalazła się przy twarzy w okolicy ucha. Łokieć tej ręki kierujemy nieco do przodu, oszczep zwracamy ostrzem cokolwiek w dół i ku środkowej linji ciała. Lewa ręka swobodnie wyciągnięta w przód, na wysokości barku.

Teraz rozpoczynamy rozbieg miękkim, elastycznym krokiem, przyśpieszając coraz bardziej.

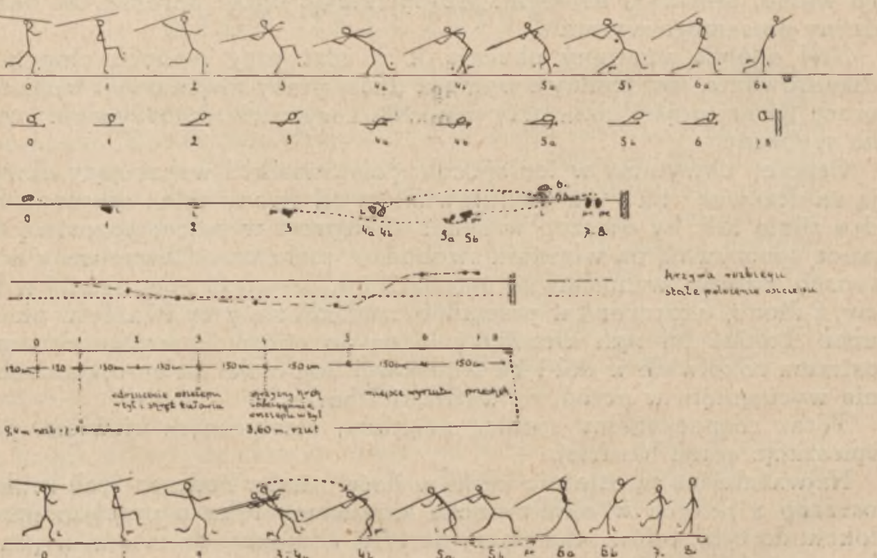
Najważniejsze są ostatnie kroki w ilości ośmiu. Podczas tych kroków, oszczep z pozycji w okolicy ucha zarzucamy ręką o prostym prawie łokciu do tyłu, tułów odchylamy do tyłu, skręcając go mocno w prawo, by w ostatnim kroku energicznie zwrócić tułów z powrotem do przodu; wraz z wyprostowaniem, bark pociąga za sobą rękę, która musi być przeniesiona nad głowę ku przodowi i górze, ciężar ciała przechodzi na lewą nogę, a ręka jakgdyby podpycha oszczep do góry; dla zachowania równowagi, a tem samem, by uniknąć przekroczenia linji, przeskakujemy na prawą nogę. Ruch ten amortyzuje pęd ciała wprzód, bo odchylamy się przy nim w kierunku, z jakiego rozpoczęliśmy rozbieg.

Bardzo ważna jest umiejętność odrzucania ręki wraz z oszczepem w tył od ucha, przy zamachu do wyrzutu. Trenujemy ten zarzut w miejscu, zwracając uwagę na zupełne wyprostowanie ręki, jeżeli bowiem

nie jest ona w łokciu prosta, to mięśnie wówczas nie są całkowicie rozciągnięte, przez co i skurcz ich w chwili wyrzutu będzie słabszy, a stąd szybkość początkowa rzutu będzie mniejsza, czyli oszczep zostanie wyrzucony słabo i upadnie blisko.

Drugą rzeczą b. ważną jest przeniesienie oszczepu i ramienia w chwili wyrzutu ponad głowę tak, by pęd ciała, nabrany przez rozbieg, jeśli można tak się wyrazić, „władować" cały w rękę i oszczep. Jeżeli natomiast ręka przejdzie bokiem, to rzut jest osłabiony, a napór siły rozbiegu działa bardziej na jeden bok oszczepu, który nie pada wprost przed nami, lecz zostaje zniesiony w bok, co wpływa ujemnie na odległość rzutu, gdyż mierzymy rzuty prostopadle do linji startowej, lub jej przedłużenia, a wiemy, że prostopadła jest najkrótszą linją, łączącą punkt (upadku oszczepu) z prostą (linją startową, lub jej przedłużeniem). Pamiętać też należy o pracy lewej ręki, która przez cały czas rzutu winna współpracować. Przy skręcie ciała i odchyleniu go do tyłu przed wyrzutem, ręka lewa idzie zgodnie z tułowiem, a w momencie wyrzutu, energicznie ściągnięta od góry ku dołowi, wzmacnia siłę wyrzutu.

Umieszczone poniżej rysunki w/g Ludwika Manga (Lauf, Sprung und Wurf) ułatwią zrozumienie tych najważniejszych ostatnich ośmiu kroków wyrzutu.



Praca nad stylem do rzutu oszczepem jest ciężka, czasem wydaje się nudną, lecz po opanowaniu daje bardzo wdzięczne wyniki. Przy treningu na dworze nie należy dbać początkowo o wynik daleki w rzucie, lecz o jego jakość! Im lepiej opanujemy styl, tem i rzut sam stanie się dalszym.

Ćwicząc obecnie w sali, wszystkie ćwiczenia będą prowadziły do celu, gdyż, jak widać z opisu, cały nasz tułów bierze udział w rzucie. Nie należy zapominać i o samych palcach, a wzmacniać je częstemi ruchami i najprostszemi ćwiczeniami, nietylko podczas gimnastyki. Opanowany rozbieg będzie nam jednocześnie potrzebny do skoków.

DR. STEFANJA PARUSZEWSKA.

Ś. † P.
ALEKSANDER MAŁACZYŃSKI

Sokolstwo nasze poniosło dn. 25 ub. m. ciężką stratę przez zgon ś. p. dh. prezesa dr. Aleksandra Małaczyńskiego, jednego z najwybitniejszych sokołów polskich, — członka honorowego Związku.



Ś. p. Aleksander Małaczyński urodził się w r. 1859 w Brodach, gdzie ojciec jego był profesorem gimnazjum. Studja prawne ukończył we Lwowie, ze stopniem doktora praw. Poświęcił się zawodowi bankowemu i doszedł do stanowiska dyrektora Banku Gospodarstwa Krajowego we Lwowie, z którego to stanowiska przed kilku laty wyszedł na emeryturę.

Był znakomitym prawnikiem, zwłaszcza w dziedzinie prawa hipotecznego i ubezpieczeń społecznych. Z tej dziedziny pozostawił wiele cennych rozpraw, artykułów i ocen, umieszczanych w „Przeglądzie prawa i administracji" i innych czasopismach. Przez jakiś czas był również prezesem zarządu głównego Zakładu powszechnych ubezpieczeń i profesorem akademji handlu zagranicznego we Lwowie.

Wychowany w domu patrjotycznym, przesiąkł od wczesnej młodości gorącą miłością ojczyzny i służył sprawie publicznej na rozlicznych polach. Nie było we Lwowie niemal przez pół wieku żadnej akcji narodowej, w którejby nie brał czynnego udziału. Idea, ucieleśniona w sokolstwie, miała w nim gorącego zwolennika i pracownika.

W „Sokole" pracował przez pół wieku. Był prezesem dzielnicy małopolskiej i położył na tem polu wielkie zasługi. W „Przewodniku gimnastycznym „Sokół" ogłosił szereg fachowych artykułów; był też przez kilka lat redaktorem naszego pisma.

Wielki miłośnik przyrody, pól i borów, był zapalonym myśliwym, znawcą stosunków łowieckich i prawa łowieckiego. Roczniki „Łowca" zawierają wiele jego artykułów i wspomnień myśliwskich. Wielbiciel piękna, był głębokim znawcą sztuki. Szczera przyjaźń łączyła go z Janem Styką, któremu przed dwoma laty poświęcił piękną rozprawę.

Jego wielkie zasługi uznał rząd, udzielając mu orderu Odrodzenia Polski.

*

Po zgonie ś. p. dh. prezesa Małaczyńskiego, „Sokół - macierz" skierował do pozostałej rodziny pismo kondolencyjne, które poniżej w całości przytaczamy, albowiem charakteryzuje ono najlepiej zasługi zmarłego:

„Niespodziewana wiadomość o śmierci naszego najstarszego, najzasłużeńszego i najbardziej poważanego druha i członka honorowego ś. p. dr. Aleksandra Małaczyńskiego wywołała wielkie przygnębienie i żal powszechny.

Zabrakło tego, który, dopokąd mu zdrowie służyło i nie opuszczała energja, był twórcą i współtwórcą wszystkiego, co od kilkudziesięciu lat działo się w sokolstwie.

Życie jego—to historja sokolstwa, i aby choćby w skrócie podać przebieg działalności i zasług, trzebaby całej książki.

Podkreślić działalność ś. p. zmarłego na terenie Związku sokolego w Polsce i Ameryce, na terenie Związku sokolstwa słowiańskiego, mają większe prawo i powołanie wyższe władze sokole, które to bezsprzecznie uczynią.

Ś.p. dr. Aleksander Małaczyński był bowiem osobistością wysokiej miary na terenie sokolstwa całej Słowiańszczyzny i miał wielu przyjaciół wśród wybitnych Czechów, Jugosłowian, Bułgarów, tutaj i za oceanem.

My chcemy oddać tylko te uczucia, które nas ożywiają, jako jego gniazdo macierzyste. Przecież ś. p. zmarły był członkiem jeszcze wtedy, gdy było to jedno tylko gniazdo sokole w Polsce. On zatem tworzy to wszystko, co w sokolstwie powstało. Początkowo filje lwowskiego gniazda, potem samoistne gniazda w zaborze austrjackim, a potem w innych zaborach, za granicami, w Niemczech, Francji i Ameryce. Jest współtwórcą Związku sokolstwa przed wojną w Austrji, a po wojnie — w niepodległej Polsce.

On był pierwszym członkiem redakcji pierwszego pisma sokolego i pierwszego pisma sportowego w Polsce — „Przewodnika gimnastycznego „Sokół", które istnieje już lat pięćdziesiąt i jest organem Związku sokolstwa polskiego.

Był organizatorem i współtwórcą wszystkich zlotów i redaktorem pamiętników o tychże. On opracowywał prawie większość statutów i regulaminów sokolich, a zatem jest kodyfikatorem sokolstwa.

Gdy było potrzeba reprezentować sokolstwo godnie, posyłano dr. Małaczyńskiego. Gdy trzeba było wyjednać coś dla sokolstwa, starał się o to on właśnie.

A zawsze czynił to skromnie, spokojnie, bez rozgłosu i samochwalstwa, zawsze wymawiał się od wszelkich podziekowań i wszelkiego uznania. I tylko wielkie jego zasługi zmuszały go do przyjęcia wszystkich odznaczeń, jakiemi go sokolstwo obdarzyło, gdyż inaczej byłby się od nich wymówił. Był to człowiek prawdziwej idei i czynił wszystko z prawdziwego ukochania idei i, jako prawy Polak—dla służby Polsce.

Zaszczytem dla nas było, że nasz członek był członkiem honorowym sokolstwa polskiego w Polsce i Ameryce, że piastował długie lata godność prezesa małopolskiej dzielnicy sokolej, że był długoletnim członkiem naszego zarządu i nigdy się nie uchylał nawet od drobnych prac w swem gnieździe.

Czy wobec tego dziwnem jest, że śmierć ta dotknęła nas, kto wie, czy nie w równej mierze, jak rodzinę, albowiem uważaliśmy ś. p. zmarłego za naszego senjora, ojca duchowego i najwierniejszego doradcę i przyjaciela. Ponieśliśmy stratę dosłownie niepowetowaną; ginie wartość taka, której już nikt nie zastąpi.

Dlatego stajemy u jego trumny, jakby najbliższa rodzina, i razem z nią łzy wylewamy.

Przezacnej zaś całej rodzinie składamy wyrazy prawdziwego współczucia, pochylając czoło przed jej wielkim zmarłym".

Pogrzeb ś. p. dh. prezesa Małaczyńskiego odbył się we Lwowie, dn. 27 ub. m.

Po odprawieniu w kościele O.O. Bernardynów modłów, celebrowanych przez J. E. ks. arcybiskupa Twardowskiego, który orszak odprowadził do wrót kościelnych, druhowie wzięli na ramiona trumnę ze zwłokami swego ukochanego b. prezesa i stanęli przed pokrytą kirem, żałobną mównicą, skąd pożegnał zasłużonego sokoła prezes dzielnicy dh. Wolańczyk składając hołd pracy ś. p. zmarłego.

Następnie ruszył kondukt żałobny. Rozpoczynały go szeregi sokolstwa ze sztandarami. Za rydwanem żałobnym, pokrytym wieńcami, postępowała rodzina, a dalej delegaci sokolstwa z Warszawy, Poznania i Krakowa, z prezesem Związku dh. Adamem Zamoyskim na czele, przedstawiciele władz, instytucyj i organizacyj.

U wejścia na cmentarz, sokoli wzięli na barki trumnę i ponieśli na miejsce wiecznego spoczynku.

Nad otwartą mogiłą głos zabrał dh. prezes Zamoyski, który powiedział, co następuje:

„Imieniem zjednoczonych w Międzynarodowej federacji gimnastycznej gimnastyków 28 narodów świata, przychodzę uchylić czoła przed tą trumną, kryjącą w sobie martwe szczątki wielkiego działacza na polu wychowania fizycznego. Martwe szczątki — to wyrażenie, jakie się nasuwa nad grobem — jest zaprzeczeniem istoty człowieka, którego dziś żegnamy. Martwym nie był nigdy w swej istocie; chciał być młodym i umiał nim zostać w każdym przejawie życia. Wielką siłą idei, której służyli zagranicą tacy ludzie, jak Cupérus, Cazalet, Scheiner (żeby ograniczyć się tylko do zachodu), jest właśnie ta młodość duchowa, która przerasta siły cielesne, która czyni człowieka niezłomnym wobec bólów i ułomności wieku.

Ale i w imieniu ściślejszej już rodziny, w imieniu Związku sokolstwa słowiańskiego, składam hołd wielkiemu zasłużonemu sokołowi, jednemu z tych, którzy przepiękną ideę Tyrszową spolszczyli, uczynili przejawem naszego ducha sokolego, którzy zespolili się z nią całem swojem jestestwem. Ś. p. dr. Aleksander Małaczyński wiedział czego sokolstwo słowiańskie może wymagać od sokołów polskich, tak, jak wiedział, co Polacy od pobratymców zyskali. Artykuły jego w sprawach słowiańskich — to arcydzieło taktu, umiaru i należytego rozgraniczenia praw oraz obowiązków.

Kurs słowiański w Pradze miał w nim jednego ze swych duchowych patronów. I to mu sokolstwo słowiańskie pamięta— i ten grób będzie jedną z wielkich mogił pomiędzy temi, przed któremi chylą się sztandary sokole.

Nakoniec, choć imieniem Związku kto inny hołd mu złoży, skłaniam, jako prezes Związku, głowę przed uosobieniem lojalności i wierności sokolej, przed wyobrazicielem braterstwa sokolego, nie w słowie, lecz w czynie. Ś. p. druh Aleksander Małaczyński był złotą klamrą, wiążącą pokolenie dawne, Polski uciemiężonej, z pokoleniem nowem, Polski niepodległej.

Tak widzieć go zawsze będziemy i takie w gronie wielkich duchów, czuwających nad nami z góry, zajmie zasłużone miejsce.

Przezacnemu i nieodżałowanemu naszemu druhowi — Czołem!"

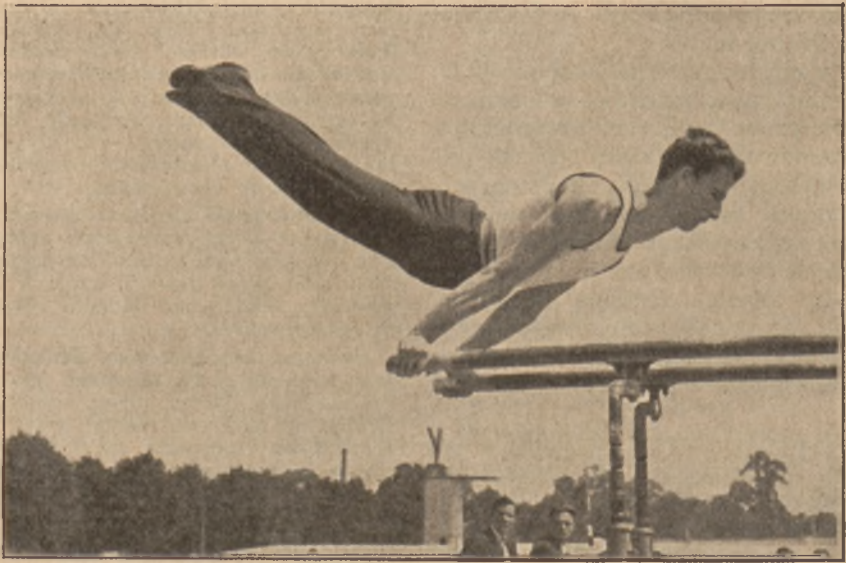
Następnie przemawiał imieniem Związku sokolstwa polskiego i naszej redakcji dh. red. Antoni Bogusławski. Podkreślił on wiecznie żywą myśl sokolą, która była motorem czynów zmarłego. Jeszcze na parę miesięcy przed śmiercią był on inicjatorem konkursu na pobudkę zlotową i ofiarodawcą cennej nagrody dla zwycięzcy.

„*Niechaj mu zabrzmi ta pobudka nad grobem* — zakończył swe przemówienie dh. Bogusławski — *i niech świadczy o wiecznem życiu idei sokolej*".

Ostatni, w imieniu „Sokoła-macierzy", głos zabrał dh. prezes dr. Borowiec, żegnając uosobienie wierności gniazdu i sokolstwu.

Potem zamknęła się krypta grobowa, oddzielając od świata żyjących zmarłego nestora sokolstwa polskiego. Duch jego wszakże czuwać nad poczynaniami sokolemi nie przestanie.

A. Bg.



Zaprawa do ćwiczeń zlotowych.

ŻYCIE SOKOLE W KRAJU

URODZINY PREZYDENTA MASARYKA

W dniu 7 b. m. Republika Czechosłowacka obchodziła 84-ą rocznicę urodzin swego Prezydenta, prof. dr. T. G. Masaryka.

Tegoż dnia dh. prezes Zamoyski złożył w mieszkaniu posła Republiki Czechosłowackiej w Warszawie, min. V. Girsy, bilety, jako wyraz serdecznych życzeń dla dostojnego solenizanta w imieniu Związku sokolstwa polskiego, Międzynarodowej federacji gimnastycznej i swojem.

NARODOWY BIEG NAPRZEŁAJ.

Polski Związek lekkoatletyczny dorocznym zwyczajem organizuje w dniu 3-go maja r. b. w Warszawie tradycyjny narodowy bieg naprzełaj.

W biegu tym uczestniczyć może każdy, kto zgłosi się, bez względu na przynależność do stowarzyszenia sportowego.

Trasa biegu wynosić będzie 7 kilometrów. Kwatery i wyżywienie zawodnicy zamiejscowi otrzymają w dniu 3 maja bezpłatnie.

O ile do biegu zgłosi się dostateczna liczba zawodników, należących do „Sokoła", P. Z. L. A. wprowadzi specjalną klasyfikację sokołów.

Zgłoszenia należy kierować bezpośrednio do Polskiego Związku lekkoatletycznego — Warszawa, ul. Wiejska Nr. 11, powiadamiając jednocześnie o zgłoszeniu przewodnictwo Związku sokolstwa polskiego.

DZIELNICA KRAKOWSKA.

Międzydzielnicowe zawody gimnastyczne w Krakowie.

W wielkiej sali „Sokoła" krakowskiego odbyły się w dniu 28 stycznia r. b. zawody gimnastyczne między zastępami dzielnic śląskiej i krakowskiej.

Zawody te urządzono za zezwoleniem przewodnictwa Związku, dla uczczenia 25-ej rocznicy śmierci pierwszego naczelnika Związku sokolstwa polskiego, ś. p. dha Antoniego Durskiego.

Zawodnicy wykonać musieli trudne naogół ćwiczenia na drążku, poręczach, kółkach i koniu.

Zastęp dzielnicy śląskiej składał się z 5 zawodników i 1 rezerwowego, zastęp dzielnicy krakowskiej — z 5 druhów.

Komisja sędziowska składała się z druhów: E. Bartniczka, A. Hamburgera i K. Zajdzikowskiego. Kierownictwo zawodów spoczywało w rękach naczelnika dzielnicy krakowskiej, dha K. Nowaka.

W wyniku zawodów osiągnęli: Jerzy Lewicki, Kraków—322 pkt. — I miejsce, Tadeusz Daniel, Kraków — 298 pkt. — II miejsce, Maksymiljan Pradela, Śląsk — 284 pkt. — III miejsce, Zenon Kęcki, Kraków — 238 pkt. — IV miejsce, Adam Petriczka, Kraków — 201 pkt. — V miejsce, Teofil Rost, Śląsk — 173 pkt. VI miejsce, Konrad Karwat, Śląsk — 131 pkt. — VII miejsce, Antoni Tomala, Śląsk — 116 pkt. — VIII miejsce.

Zastęp dzielnicy krakowskiej uzyskał ogółem 1067²/₃ pkt., zastęp dzielnicy śląskiej — 766 pkt.

Wszyscy zawodnicy otrzymali dyplomy, stwierdzające osiągnięte wyniki.

DZIELNICA MAŁOPOLSKA.

Zagórz.

(K o r e s p o n d e n c j a).

Ubiegły rok był rokiem materjalnej klęski naszego gniazda, dnia 13 sierpnia bowiem spłonął doszczętnie cały budynek wraz z inwentarzem. Nie upadliśmy jednak na duchu i w niespełna trzy miesiące po pożarze wznieśliśmy część gmachu murowanego, a to: salę, scenę, garderoby, sutereny, i na zimę pokryliśmy to dachem.

Pomimo nieszczęścia, które nas spotkało, życie i praca sokola toczyła się normalnym trybem, z wytężeniem jednak sił, by jak najprędzej się odbudować.

Zarząd gniazda odbył w ub. r. 21 posiedzeń, zwołał jedno zwyczajne i jedno nadzwyczajne (po pożarze sokolni) walne zgromadzenie.

Ruch ćwiczebny przedstawiał się następująco:

Ćwiczenia druhen i druhów odbywały się dwa razy w tygodniu po 2 godziny. Druhen ćwiczących było 12; druhów młodszych 17, druhów starszych 12. Ćwiczenia dorostu żeńskiego odbywały się tylko podczas wakacyj, ze względu na niczem nieuzasadniony zakaz szkolny uczęszczania na ćwiczenia do „Sokoła" w czasie roku szkolnego. Prócz tego istniały sekcje: lekkoatletyczna, gier i zabaw sportowych (siatkówki i koszykówki), kajakowa, narciarska i kółko amatorskie.

W maju zawiązano w „Sokole" Koło Polsk. Czerwonego Krzyża i stworzono drużynę P. C. K. i O. P. G., składającą się z sześciu druhen i dwunastu druhów. Kurs podinstruktorski P. C. K. we Lwowie ukończył dh. Lipiński, który był pomocnym prezesowi dr. Puzdrowskiemu w urządzeniu trzymiesięcznego kursu samarytańskiego i obrony przeciwgazowej. Na kurs, prócz druhen i druhów, uczęszczali harcerze i harcerki. Z tych ostatnich utworzono również drużynę P. C. K. z 12 osób. W jesieni odbył się dwutygodniowy kurs, na który, prócz poprzednich słuchaczy, uczęszczały strzelczynie i strzelcy.

Do prób i zawodów o P. O. S., urządzonych przez gniazdo w swoim zakresie, stawało 48 osób. P. O. S. zdobyło 46, a to 40 druhów i 6 druhen, prócz tego odznakę za strzelanie 28 druhów i 4 druhny. W powiatowych zawodach Związku strzeleckiego w Sanoku — w biegu i rzucie dyskiem zdobył II miejsce dh. T. Witwicki, we wszystkich zaś konkurencjach żeńskich zdobyła I-e miejsce i mistrzostwo powiatu druhna C. Rossiwalówna. Dyplom mistrzostwa powiatu i plakietę zdobyła w siatkówce żeńska drużyna sokola.

Zawody międzynarodowe podczas zlotu w Zagórzu dały również dodatnie wyniki naszemu gniazdu.

W jesieni odbył się atak gazowy na Zagórz, urządzony przez wojsko. Plan obrony Zagórza i przeprowadzanie akcji ratowniczej P. C. K. spoczywały przeważnie w rękach „Sokoła". Z nadania tego wywiązaliśmy się bez zarzutu, czego najlepszym dowodem były listowne podziękowania, przesłane przez starostwo na ręce prezesa gniazda i komendantów poszczególnych drużyn.

W ub. r. delegacja gniazda z prezesem na czele brała udział w uroczystości rozwinięcia sztandaru w bratniem gnieździe w Medżi-Laborce (Czechosłowacja). Na zlot do Lwowa wyjechało 53 druhen i druhów (43 ćwiczących) ogółem zaś 96 uczestników. Zaznaczyć tu należy, że prezes gniazda poczynił jak najdalej idące starania w ułatwieniu i udogodnieniu przejazdu wycieczki czechosłowackiego sokolstwa na zlot do Lwowa. Dalej braliśmy udział w zlotach, obchodach i uroczystościach.

Po pożarze budynku, dh. Bartnik ofiarował pokoik i kuchenkę do tymczasowego użytku gniazda. Staraniem prezesa dyrekcja kolejowa wynajęła gniazdu salę o pow. 50 m² za miesięcznym czynszem 21 zł. W niej odbywają się ćwiczenia, zbiórki, i co dnia otwarta jest dla członków czytelnia.

Do dnia pożaru korzystały z sali i urządzeń „Sokoła" wszystkie polskie towarzystwa, urządzając imprezy, uroczystości lub walne zebrania.

Inwentarz „Sokoła" prawie w całości stał się pastwą pożaru; uratowano tylko bibljotekę teatralną (536 tomów), aparat radjowy i część garderoby. Sztandar ocalał również, był bowiem przechowywany u prezesa. Zakupiono już po pożarze naczynia stołowe na 50 osób; stroje polowe przerobiono, skompletowano dwie skrzynki ratownicze dla drużyny P.C.K.

Gniazdo z dniem 31 grudnia r. ub. liczyło 65 druhen i 99 druhów.

Odezwa

W pożarze, który w sierpniu r. ub. zniszczył nasz budynek, spłonął także cały inwentarz, dorobek 40-letniej pracy. Z przyrządów gimnastycznych ocalały jedynie poręcze i koń, dzięki temu, że były schowane na boisku w szopie. Ponieważ wynajęliśmy salę do ćwiczeń, odczuwać się daje już teraz brak wszelkiego sprzętu ćwiczebnego. Wprawdzie nowowybudowana sala jest już po dachem, ale po wykończeniu świecić będzie pustką, bo cóż w niej ustawimy? Funduszów na zakup potrzebnego inwentarza nie mamy i mieć nie będziemy, bo wszystkie pieniądze pochłania budowa.

Dlatego też zwracamy się do wszystkich gniazd z prośbą, by jakikolwiek, bądź to już używany, bądź zbyteczny, sprzęt ćwiczebny zechciały nam ofiarować. Z gorącem podziękowaniem przyjmiemy każdą rzecz, bo z nastaniem wiosny nie mielibyśmy możności tak druhnom, jak i druhom ćwiczącym dostarczyć najprymitywniejszych przyrządów.

Zwracamy się przy tej sposobności do wszystkich zarządów sokolich, do wszystkich druhen i druhów, którzy zadeklarowali pewne kwoty na odbudowę sokolni, z gorącą prośbą, by nie zapomnieli o swej obietnicy, bowiem z wczesną wiosną chcemy się zabrać do wykończenia budynku — przyczem w wielkiej mierze liczymy na wasze poparcie. Bez niego nie będziemy w możności zrealizować naszych planów i poczynań, które mają być w lecie r. b. uwieńczone poświęceniem nowej sokolni i obchodem 40-lecia gniazda zagórskiego.

Czołem!

Zarząd gniazda Zagórz.



Szampjon fiński, Heikki Savolainen. Ze zdjęć filmowych Fińskiego związku gimnastycznego.

DZIELNICA MAZOWIECKA.

Łowicz.

(Korespondencja).

Dnia 7 lutego r. b. odbyło się, w sali własnej „Sokoła" przy ulicy Tkaczew, zwyczajne walne zgromadzenie gniazda. W obecności około 40 osób, obrady zagaił dh. prezes Kokczyński przemówieniem powitalnem. Na przewodniczącego zaproszono dha Nowakowskiego, do stołu prezydjalnego zasiedli nadto: jako sekretarz dh. Pawłowski i asesorowie: dhna Rószkiewiczowa i dh. Strawiński. Po przeczytaniu i zatwierdzeniu protokółu poprzedniego walnego zgromadzenia, przystąpiono do dalszych obrad. Na miejsce ustępujących 4-ch członków zarządu wybrano: dhnę Chałańską i dhów Rejmera, Adamczyka i (ponownie) Lewandowskiego. Wybór delegatów do okręgu i dzielnicy powierzono zarządowi. Obrady zakończono wręczeniem świadectw na P. O. S. 15 druhnom i druhom gniazda łowickiego.

*

Na zakończenie karnawału, zwyczajem dorocznym, urządzono tradycyjnego „śledzia" dla członków i ich rodzin.

*

W dniach 21 stycznia i 18 lutego r. b. odbyły się rozgrywki ping-pongowe pomiędzy gniazdami Łowicz i Sochaczew, z wynikiem 10 : 5 na korzyść Łowicza.

H. Pągowski.

Zjazd rady okręgu kujawsko-dobrzyńskiego.

Dnia 25 b. m. odbył się w Lubrańcu zjazd rady okręgowej, na którym reprezentowanych było 9 gniazd (Włocławek, Kowal, Brześć, Lubraniec, Osięciny, Byczyna, Radziejów, Aleksandrów i Nieszawa), gromadząc wraz z członkami zarządu 22 uprawnionych do głosowania delegatów. Obrady poprzedziła msza św., którą w miejscowym kościele odprawił kapelan okręgu, ks. kan. Kazubiński. Obrady prowadzone były w świetlicy miejscowego gniazda. Przed porządkiem dziennym dh. Jewniewicz wygłosił odczyt p. t. „Historja i zadania sokolstwa". Obrady zagaił dh. prezes J. Jankowski; zaproszono na przewodniczącego ks. kan. kapelana Kazubinskiego, do stołu prezydjalnego zaś dhów St. Daszkowskiego i F. Grodzickiego oraz jako sekretarza dha A. Niklewicza. Uczczono pamięć zmarłych w r. b. ś. p. dhów: Chłodzińskiego, prezesa gniazda Służewo, Markowicza, prezesa gniazda Kowal i R. Daszkowskiego, członka zarządu gniazda Byczyna. Protokół poprzedniej rady zatwierdzono. Sprawozdania zarządu: prezesa, techniczne i kasowe odczytał dh. Jewniewicz. Protokół komisji rewizyjnej odczytał dh. Stolarski. Nad sprawozdaniami wywiązała się krótka dyskusja, w której wyniku na wniosek przewodniczącego ks. Kazubińskiego, zebrani jednomyślnie udzielili zarządowi absolutorjum. Dh. prezes Jankowski zapewnił obecnych, że sprawy finansowe okręgu idą ku lepszemu. W wyniku przeprowadzonych wyborów na prezesa okręgu, wybrano dha J. Jankowskiego, co zebrani przyjęli długotrwałemi oklaskami. W wyborach uzupełniających na członków zarządu zostali wybrani dh. dh.: A. Michałowski, J. Babecki, M. Popiel, F. Nowicki i J. Stolarski. Na członków komisji rewizyjnej przez aklamację powołano dh dh.: A. Rodziewicza, T. Saneckiego i St. Pendziacha, na członków sądu honorowego dh. dh.: F. Grodzickiego, P. Kowalewskiego, dr. Olbrychta, Nawrockiego, Łęgowskiego i J. Wójtowicza.

Postanowiono wszelkiemi siłami dążyć do regularnego ściągania składek członkowskich zapomocą znaczków, oraz wyrównania zaległości za prenumeratę „Przewodnika gimnastycznego Sokół".

Omawiając program pracy na rok 1934, dh. prezes Jankowski zwrócił szczególną uwagę na przygotowanie do zlotu wszechsłowiańskiego w 1935 r. w Warszawie, oraz na próbny zlot w r. b. we Włocławku. Pozatem zwrócił uwagę na organizowany w dniu 3 i 4 marca r. b. kurs druhen w Brześciu oraz na odbywane perjodycznie zjazdy naczelników, które mają ułatwić przygotowanie ćwiczeń zlotowych.

DZIELNICA POMORSKA.

Tczew.

Walne zgromadzenie gniazda żeńskiego w Tczewie odbyło się dnia 16 stycznia r. b. w sali posiedzeń magistratu.

Obrady zagaiła prezeska dhna Kołodziejska, witając przedstawicieli władz sokolich i licznie zebrane druhny. Na przewodniczącą zebrania wybrano dhnę Wojczyńską, na sekretarki — dhny Gałązkę i Bożejewiczównę.

Sprawozdanie z działalności gniazda za rok 1933 złożyła dhna sekretarka. Pracę w gnieździe podzielono na następujące sekcje: a) kulturalno-oświatowa, b) sanitarno-ratownicza, c) niestałych dochodów, d) tenisowa. Ćwiczenia gimnastyczne odbywają się dwa razy w tygodniu. Do zawodów stawały druhny

dn. 3 maja, 30 lipca na zlocie okręgu VII i w święcie p. w. W ubiegłym roku stawały druhny do jesiennej próby o P. O. S., której ze względów od nas niezależnych ukończyć nie mogły, i dlatego stawać będą ponownie na wiosnę r. b.

Pozatem wysłano: 4 druhny w marcu na zjazd i lustrację sokolic w Toruniu, 1 druhnę w lipcu na kurs pływacki p. w. i w. f. w Toruniu, który ukończyła z wynikiem b. dobrym, 2 druhny 12 listopada do Grudziądza na kurs naczelniczek i przodowniczek, dnia 5 stycznia 1 druhnę na kurs do Warszawy.

W zlocie okręgu VII brało udział 20 druhen ćwiczących, a w zlocie dzielnicowym w Toruniu 13 druhen ćwiczących i 2 niećwiczące. W ubiegłym roku ukończyło kurs przeciwgazowy, który przeprowadzał instruktor L. O. P. P. 31 druhen. We wrześniu brało udział 9 ćwiczących i 2 niećwiczące w uroczystości 5-lecia oddziału żeńskiego w Kolonji Ostrowickiej. W pielgrzymce do Częstochowy brało udział 9 druhen.

W roku sprawozdawczym odbyło się 26 zebrań, na których wygłoszono 7 referatów i 18 deklamacyj. Wieczorki taneczne połączone z występami gimnastycznemi urządzono cztery.

Dalej zdawały kolejno sprawozdania: skarbniczka dhna Śpiewakowa, komisja rewizyjna, kierowniczka techniczna dhna Mikołajewska, gospodyni dhna Radziszewska oraz przewodniczące poszczególnych sekcyj.

Sprawozdanie zatwierdzono i udzielono zarządowi jednomyślnie pokwitowania z dokonanych czynności. Przeprowadzono wreszcie wybory uzupełniające do zarządu gniazda, w którego skład wchodzą obecnie druhny: prezeska — Kołodziejska, wiceprezeska — Wojczyńska, członkinie — Grajowa, Śpiewakowa, Gałązka, Bożejewiczówna, Kurzawowa, Wolna, Megerowa, Ziółkowska, Radziszewska, Struczyńska, Przybyłowska. Weinbergerowa, Kaszakowa, Klonecka, Waraczewska, Mikołajewska i Śpikówna.

DZIELNICA ŚLĄSKA.

Ruda Śląska.

W styczniu r. b. odbyło się walne zgromadzenie gniazda Ruda, na którem wybrano nowy zarząd w następującym składzie: prezes—dh. J. Szymiczek, wiceprezesi — dh. dh. K. Czyżyk i inż. St. Górka, kapelan — ks. prob. Kałuża, lekarz — dr. W. Zając, naczelnik — Fr. Widera, sekretarz — J. Wollny, skarbnik — W. Paszek, członkowie — W. Widera, H. Smolka, P. Krajczyk, inż. M. Czechowicz, A. Piernikarczyk, inż. J. Ziemięcki, St. Kurlus, A. Końdek, H. Dymek, A. Kajzer, A. Polczyk, P. Urbasik i P. Kapiczanka.

Tarnowskie Góry.

Walne zgromadzenie gniazda Tarnowskie Góry odbyło się dn. 17 ub. mies.

Po zagajeniu przez dha prezesa Kralewskiego, oraz przywitaniu zebranych, uczczono pamięć zmarłych członków przez powstanie z miejsc. Protokóły ostatniego i nadzwyczajnego zebrania przyjęto do wiadomości. Po odczytaniu protokółów, w myśl statutu, wybrano na przewodniczącego obrad dha mec. Dewińskiego, na sekretarza—dha Miglusa. Dh. prezes Kralewski złożył szczegółowe sprawozdanie z rocznej działalności zarządu, dalej sprawozdania przedstawili dh. dh.: sekretarz Miglus, skarbnik Bregulla, naczelnik Francik i gospodarz Cibis.

W imieniu komisji rewizyjnej dh. Rowiński odczytał protokóły rewizji ksiąg kasowych, zaznaczając przytem, że księgi te, tak w dochodach, jak i rozchodach, znalazła komisja we wzorowym porządku, wobec czego stawia wniosek o udzielenie ustępującemu zarządowi votum zaufania i absolutorjum, co też zebrani jednomyślnie uchwalili.

Następnie przystąpiono do wyboru nowego Zarządu, w którego skład weszli druhowie: Kralewski — prezes, Imiela—wiceprezes, Czech — sekretarz, Bregulla —skarbnik, Francik — naczelnik, Maenling — naczelnik oddz. żeńskiego, Cibis — gospodarz i Gwóźdź — chorąży, oraz członkowie — Ziętkowski, Lizurek, Ochman, Klimek, Benisch, Grzonka, Dewiński, Kapuściok, Karolkówna.

Po wyborze nowego zarządu, dh. Dewiński oddał przewodnictwo w ręce nowego prezesa, który, dziękując za wybór, apelował do licznie zebranych członków, ażeby jak najusilniej dążyli do krzewienia idei sokolej.

DZIELNICA WIELKOPOLSKA.

Poznań.

Najstarsze gniazdo poznańskie, śródmieście odbyło swe doroczne walne zgromadzenie w dniu 17 stycznia r. b.

Obradom przewodniczył dh. wiceprezes Kapałczyński.

W czasie zgromadzenia wręczono dwum członkom gniazda, a mianowicie dhowi wiceprezesowi Jęczkowiakowi i dhowi Mańczakowi — dyplomy pamiątkowe z powodu 25-lecia ich członkostwa.

Sprawozdania z czynności zarządu gniazda złożyli druhowie: sekretarz Bortkiewicz, naczelnik Weselik, skarbnik Gabryelewicz i gospodarz Czujewicz.

W dyskusji nad sprawozdaniem zabrał głos prezes dzielnicy wielkopolskiej, dh. Wolski, wydając o pracy zarządu i gniazda przychylną opinję.

Zgodnie z wnioskiem komisji rewizyjnej, udzielono zarządowi absolutorjum.

Dokonano wyborów uzupełniających, w których wyniku ponownie weszli do zarządu prezes — dh. Karge, naczelnik — dh. Weselik oraz dh. Stachowski, nadto zaś wybrano dha Rutkowskiego.

Po omówieniu spraw organizacyjnych i bieżących, obrady zakończono.

Wysokie odznaczenia dha nacz. Jana Fazanowicza.

W dniu 15 stycznia r. b. odbyło się w konsulacie czechosłowackim w Poznaniu uroczyste wręczenie druhowi naczelnikowi J. Fazanowiczowi orderu „Białego Lwa", nadanego mu przez Prezydenta Republiki Czechosłowackiej, prof. Masaryka.

Wręczenia dokonał p. konsul dr. J. Doležal w obecności przedstawicieli okręgu poznańskiego „Sokoła" druhów: prezesa B. Kapeli, b. nacz. okr. E. Rutkowskiego, wprez. M. Byttera, prez. gniazda Jeżyce J. Bartkowiaka, wpr. gn. Śródmieście W. Kapałczyńskiego, oraz żony i córeczki dha Fazanowicza.

Wręczając odznaczenie p. konsul w przemówieniu swem podkreślił zasługi druha nacz. Fazanowicza, który już na kilka lat przed wojną nawiązał serdeczne stosunki z narodem czechosłowackim, a zwłaszcza z organizacją sokolą, z którą współpracuje do dziś, z pożytkiem dla obu naszych narodów. Stwierdzając to p. konsul zaznaczył, że szczęśliwy jest, iż może to zaszczytne odznaczenie wręczyć temu, kto bezspornie sobie na nie swą pracą zasłużył.

Następnie przemówił druh nacz. Fazanowicz, składając na ręce p. konsula podziękowanie za wręczone odznaczenie. W przemówieniu swojem cofnął się wspomnieniami do r. 1906, kiedy to tropiony przez policję rosyjską za pracę w organizacjach niepodległościowych, schronił się do Czech, gdzie w Duchcowie zgłosił się do szeregów niepodległościowców czeskich, skupiających się w tow. gimnast. „Sokół", by dalej kontynuować pracę, na którą nie pozwalano mu w kraju. Od tego czasu Czechy stały się jego drugą ojczyzną. Ukończywszy tam nauczycielskie kursy gimnastyczne, po powrocie do kraju obejmuje wychowanie fizyczne w prywatnej szkole polskiej i bierze w dalszym ciągu czynny udział w pracach zakonspirowanego „Sokoła" w Sosnowcu i polowych drużynach sokolich w Krakowie, oraz w życiu gniazd sokolich na Śląsku. Nawiązane raz stosunki z sokolstwem czecho-



Siedzą: dhna i dh. Fazanowiczowie z córeczką, stoją od lewej dh. dh: Bytter, Rutkowski, konsul dr. Doležal, prez. Kapela, Kapałczyński i Bartkowiak.

słowackiem nie uległy zerwaniu, ani rozluźnieniu, gdy zaś tylko unormowały się polityczne stosunki w oswobodzonej Polsce i Czechosłowacji, na nowo poczęły się zacieśniać.

W imieniu sokolstwa okręgu poznańskiego i jego władz złożył serdeczne życzenia nacz. Fazanowiczowi dh. prezes Kapela, a na zakończenie przemówił dh. Kapałczyński, nawiązując do potrzeby współpracy obu narodów i porówując Słowiańszczyznę do okrętu na wzburzonem morzu, którego załoga winna wytężyć wszystkie siły, by okręt ten szczęśliwie dopłynął do portu. Ponieważ wśród codziennego szarego życia mało się poświęca uwagi na niebezpieczeństwa zagrażające nam z zewnątrz, przeto dobrze jest, gdy się znajdą jednostki, które potrafią jednoczyć bratnie organizacje i narody.

Września.

Dnia 19 stycznia r. b. odbyło się we Wrześni doroczne walne zgromadzenie gniazda żeńskiego. Obrady zagaiła dhna prezeska Wł. Jakubowska. Przewodniczył prezes okręgu gnieźnieńskiego dh. Cieślak.

Załatwiono szereg spraw organizacyjnych. Uchwalono: utworzyć fundusz zlotowy w przewidywaniu, iż tegoroczne zloty sokole wymagać będą wielkiego nakładu pieniężnego; urządzić dnia 4 lutego wieczór karnawałowy, a w końcu tegoż miesiąca — przedstawienie teatralne. Walne zgromadzenie postanowiło zgłosić gniazdo do rejestracji w myśl nowej ustawy o stowarzyszeniach.

Sprawozdanie z działalności gniazda złożyły: sekretarka dhna Sobczakówna, skarbniczka dhna Kromolicka, naczelniczka dhna Przybylanka oraz kierowniczki poszczególnych działów pracy. Działalność gniazda była w roku ubiegłym niezwykle ożywiona i rezultaty jej są pomyślne. Bilans pracy stawia gniazdo żeńskie we Wrześni na czołowem miejscu w okręgu gnieźnieńskim. Gniazdo posiada specjalną sekcję oświatową oraz bibljotekę.

Plenarne zebrania poświęcano poważnym referatom z różnych dziedzin, urządzano przedstawienia amatorskie, gniazdo dorobiło się własnego ogniska, w którem druhny gromadzą się na wspólne robótki lub na pogadanki o ideologji sokolej. Na ćwiczenia gimnastyczne uczęszcza 16 druhen. Obok wolnych ćwiczeń uprawiana jest również lekka atletyka w specjalnej sekcji, oraz gry i zabawy sportowe. Gniazdo brało udział w licznych zlotach okręgu, a ponadto wyjeżdżało do gniazd sąsiednich na występy. W grudniu zorganizowano, wspólnie z gniazdem żeńskiem z Gniezna, wystawę robót kobiecych. Wszystkie dotychczasowe czynności są przez gniazdo należycie wykonywane, to też jedna ono sobie członkinie.

Nowy zarząd stanowią druhny: prezeska W. Jakubowska, I. wiceprezeska — B. Wolska, II. wiceprezeska — K. Szajkiewiczowa, sekretarka — G. Sobczakówna, zastępczynie — B. Machińska, H. Ignasińska, skarbniczka — M. Kromolicka, naczelniczka — M. Przybylanka, członkinie: Urbańska, Smolarkowa i Dobrucka.





Z teki karykaturzysty.

ZE ZWIĄZKU POLSKICH ZWIĄZKÓW SPORTOWYCH

Okólnik Nr. 184 z dnia 6 lutego r. b.

Zarząd Związku polskich związków sportowych zawiadamia, że zarząd Polskiego związku dziennikarzy i publicystów sportowych na posiedzeniu z dn. 22 stycznia 1934 r. powziął następującą uchwałę:

„Wobec powtarzających się zarzutów ze strony poszczególnych organizacyj sportowych, dotyczących zawodowej działalności dziennikarzy sportowych, zarząd PZD i PS. stwierdza, że instytucją właściwą dla zawodowej i etycznej oceny postępowania jego członków jest sąd honorowy, istniejący przy każdym oddziale, w charakterze zaś trybunału apelacyjnego — sąd przy zarządzie głównym PZD. i PS.

Organizacje sportowe, dopatrujące się w działalności dziennikarzy sportowych przekroczenia obowiązujących zasad uczciwości lub nadużywania wolności słowa, są w możności w każdej chwili wytoczyć i popierać swe zarzuty przed forum tego sądu".

Komunikując o powyższem, zarząd Związku związków zaleca, w razie pojawienia się w prasie niewłaściwych artykułów, czy wzmianek o sporcie lub działaczach sportowych, przedkładanie sprawy do rozpatrzenia wyżej wymienionemu sądowi honorowemu PZD. i PS.

Okólnik Nr. 195 z dnia 8 lutego r. b.

Zarząd Związku polskich związków sportowych zawiadamia, że Polski związek piłki nożnej ukarał gracza Józefa Krupskiego z Klubu sport. Błask, Poznań, dożywotnią dyskwalifikacją za pobicie sędziego w czasie zawodów.

PRZEGLĄD WYDAWNICTW

BIBLJOTECZKA S. D. S.

Kpt. Zdzisław Marynowski .... **„Drużyny odkażające"**, wydawnictwo Szkoły gazowej. Warszawa 1934. Stron 54. Cena 90 gr.

Treść:

Przedmowa i wstęp.
I. Wiadomości ogólne.
II. Organizacja drużyn odkażających.
III. Punkt odkażający.
IV. Materjał niezużywalny. Materjał zużywalny.
V. Wyposażenie punktu odkażającego.
VI. Odkażalniki.
VII. Odkażanie gazów parzących.
VIII. Odkażanie gazów nieparzących.
IX. Organizacja pracy odkażającej.

a) Rozpoznanie terenu. b) Plan odkażania. c) Wyruszenie drużyny do odkażania. e) Praca drużyny właściwej. f) Praca drużyny pomocniczej. g) Powrót drużyny do punktu odkażającego.

X. Wznowienie normalnego ruchu.
XI. Dodatek.

Jest to przejrzysty i krótki zbiór niezbędnych wiadomości z zakresu organizacji i wyposażenia technicznego drużyn odkażających.

Wydawnictwo to wprowadza ostateczne unormowanie i ustalenie pojęć w tej tak ważnej sprawie i winno być czytane przez wszystkich interesujących się O. P. L. G., a w szczególności przez członków drużyn odkażających, ich komendatów i instruktorów, Z uwagi na przystępną cenę, znajdować się winno w każdej bibljotece gniazdowej.

*

Inż. Bolesław Krupiński. **„Obrona kopalń"** — Sosnowiec 1933. Stron 52.

Treść:

Wstęp: Zadania obrony biernej.
I.: 1) Przebieg i skutki wojen na terenach kopalń.
2) Zagłębie polskie.
3) Zagłębie francuskie.
II. Wnioski na przyszłość.
III. Analiza kopalń pod względem ataku.
1) element nadziemny—powierzchnia,
2) element pośredni — szyby wchodowe,
3) element podziemny — kompleks wyrobisk górniczych.
IV. Metody obrony:
1) Metody ogólne: a) zadymianie, b) zalesienie, c) malowanie, d) gaszenie świateł.
2) Metody obrony elementu nadziemnego i pośredniego: a) obrona objektów, b) załogi.
3) Eelement podziemny.
4) Organizacja. Sprzęt.

Wydawnictwo to jest jedyną publikacją polską, zajmującą się wyłącznie sprawą obrony kopalń, i z tego powodu oraz ze względu na doskonałe opanowanie tematu, powinno znaleźć szeroką poczytność w gniazdach Śląska i Zagłębia Dąbrowskiego.

Zarząd główny Polskiego Czerwonego Krzyża wydał ostatnio broszurę p. t. **„Międzynarodowa organizacja Czerwonego Krzyża"**, będącą tłomaczeniem broszury Ligi Czerwonych Krzyży w Paryżu i zawierającą najważniejsze zasady międzynarodowej organizacji i działalności Czerwonego Krzyża, krótki historyczny zarys powstania Ligi i międzynarodowego komitetu C. K. i t p.

Wydanie w polskim przekładzie tego rodzaju broszury było bardzo pożądane, gdyż w społeczeństwie naszem znajomość zasad, na jakich opiera się międzynarodowa organizacja Czerwonego Krzyża, jest jeszcze mało rozpowszechniona.

Broszura ta znajduje się na składzie w zarządzie głównym P. C. K. — Warszawa, Smolna 6, wydział organizacyjno-propagandowy. Cena 1 egz. wynosi 50 gr.

Ping-pong — R. Jodłowski. Warszawa 1934. Główna księgarnia wojskowa. Cena zł. 1.20.

Ping-pong, czyli tennis stołowy, jest sportem, bardzo rozpowszechnionym zagranicą, u nas zaś niestety jest traktowany z pewnem lekceważeniem, raczej jako zwykła zabawa towarzyska. Ten pożyteczny i zajmujący sport wymaga u nas popularyzacji ze względu na jego zalety wychowawcze. Sport ten bowiem rozwija szybkość orjentacji, wytrzymałość i opanowanie nerwowe. Daje on dużo przyjemności oraz znaczne korzyści dla rozwoju fizycznego i umysłowego.

Autor wymienionej broszury po przedstawieniu w krótkim zarysie historii ping-ponga, omawia przybory, zasady gry, jej technikę, grę podwójną, organizację turniejów oraz treningi.

Pracę zdobią liczne ilustracje. Stanowi ona tomik 29 Bibljoteczki sportowej Głównej księgarni wojskowej.

Szczytami Karpat. — T. Zieleniewski. Warszawa, 1934 r. — Główna księgarnia wojskowa. Cena Zł. 5.—

Narciarstwo jest dzisiaj tak rozpowszechnionym sportem, iż zdawaćby się mogło, że niema terenu, na którymby go nie uprawiano. A jednak tak nie jest — tereny może najbardziej dla sportu tego odpowiednie — Karpaty są po dziś dzień jeszcze często ziemią nieznaną. Wystarczy nadmienić, że pierwsze wejścia zimowe na wysokie szczyty karpackie datują się później, niż wejścia na szczyty alpejskie. Tak np. Chomiak i Howerlę zdobywają turyści polscy w zimie 1897 r., Doboszankę w 1906 r. Ostatecznie rozwój narciarstwa doprowadził do tego, że szczyty te były brane później już niejednokrotnie, niestety jednak w literaturze naszej sportowej nie pozostawiono prawie żadnego o tem śladu, żadnego opisu, ani tembardziej mapy czy szkicu.

Książka płk. T. Zieleniewskiego p. t. „Szczytami Karpat" daje opis wspaniałej trasy narciarskiej od Worochty do Sianek, opis, nietylko ciekawy pod względem turystycznym, ale i zajmujący, gdyż pisany dobrym językiem. Książka wydana jest w postaci różnej od przyjętego dotychczas szablonu, zwrócić więc musi uwagę swym wyglądem i zachwycić 18 wspaniałemi fotografjami, opracowanemi przez atelier Girs—Barcz.

Do pracy dołączona jest mapka szlaku, w pięknem wykonaniu Wojskowego instytutu geograficznego.

Zadaniem książki jest propaganda zimowych Karpat i narciarstwa. Możemy stwierdzić, że z zadania tego autor wywiązał się doskonale.

Żeglarstwo w zimie. Ślizgi lodowe śniegowe. Żagle do jazdy na łyżwach i nartach. Warszawa 1934 r. Główna księgarnia wojskowa. Cena Zł. 2.—

Żeglarstwo u nas, w odróżnieniu od państw północy, uprawiane było dotąd jedynie w lecie i ograniczało się skutkiem tego do krótkiego sezonu 4 — 5 miesięcy. Należy to uważać za zjawisko ujemne, gdyż żeglarstwo zimowe, po za specjalnemi emocjami sportowemi, stanowi nadto bardzo dobrą zaprawę. Żeglarstwo zimowe jest łatwe, bezpieczne i niekosztowne, gdyż jacht (ślizg) lodowy kosztuje zaledwie około 150 zł. W zrozumieniu konieczności rozpowszechnienia tej gałęzi żeglarstwa u nas, kierownictwo harcerskich drużyn żeglarskich opracowało i wydało nakładem Głównej księgarni wojskowej pracę zbiorową pod redakcją W. Rublewskiego. Treść pracy tej o charakterze technicznym dotyczy jachtów lodowych i sporządzania żagli nośnych do wyzyskania wiatru w jeździe na łyżwach.

Przy opracowaniu tej książki oparto się na wzorach zagranicznych. Zdobią ją liczne ilustracje oraz tablice.

Redakcja i administracja: Warszawa, Nowy Świat 40, tel. 240-28, konto P.K.O. Nr. 3852.

Wydawca: *Związek towarzystw gimnastycznych „Sokół" w Polsce.*

Redaktor: *Antoni Bogusławski.*

Redaktor odpowiedzialny: *Jan Dann.* Sekretarz redakcji: *Jerzy Bokiewicz.*

D R U H N Y
I DRUHOWIE



znajdą p r z e p i s o w y, kompletny strój sokoli, lub części umundurowania tylko

W WYDZIALE DOSTAW SOKOLICH

WARSZAWA, NOWY-ŚWIAT 40.

TEL. 2.40-28.

KONTO CZEKOWE P. K. O. 5582.

Wydział dostaw sokolich zniżył ceny wszystkich artykułów, pragnąc w ten sposób umożliwić druhnom i druhom zaopatrzenie się w niezbędne części stroju sokolego.

Posiadamy czapki sokole dla druhów, kapelusiki — dla druhen, koszule karmazynowe, bluzki białe do ćwiczeń i do mundurów, koszulki i spodenki ćwiczebne, oraz wszelkie dodatki do stroju ćwiczebnego i umundurowania.

Przepisowy strój sokoli mieć musi każda druhna i każdy druh! Jednolitość umundurowania jest warunkiem należytej prezentacji zwartych szeregów.

Żądajcie cenników, które rozesłaliśmy zarządom wszystkich gniazd.

WYDZIAŁ DOSTAW SOKOLICH.

Zakł. Druk. F. Wyszyński i S-ka, Warszawa, Warecka 15.